

## Medidas para los padres de niños con mayor riesgo de complicaciones por la gripe

Los niños menores de 5 años, especialmente los niños menores de 2 años con problemas de salud crónicos como asma, enfermedades neurológicas o del neurodesarrollo [incluyendo trastornos del cerebro, la médula espinal, el nervio periférico y los músculos tales como parálisis cerebral, epilepsia (trastornos convulsivos), derrame cerebral, discapacidad intelectual (retraso mental), retraso en el desarrollo de moderado a grave, distrofia muscular o lesión de la médula espinal], enfermedades pulmonares crónicas (como enfermedad pulmonar obstructiva crónica [COPD] y fibrosis quística), enfermedades cardíacas (como enfermedad cardíaca congénita, insuficiencia cardíaca congestiva y enfermedad de la arteria coronaria), trastornos sanguíneos (como anemia falciforme), trastornos endocrinos (como diabetes mellitus), afecciones renales, enfermedades del hígado, trastornos metabólicos (como trastornos metabólicos congénitos y trastornos mitocondriales), sistema inmunológico debilitado debido a una enfermedad o medicamento (como personas con VIH o SIDA, cáncer o aquellas personas en tratamiento con esteroides por enfermedades crónicas) y personas menores de 19 años que están recibiendo una terapia a largo plazo a base de aspirinas tienen mayores riesgos de desarrollar complicaciones por la gripe. Si no está seguro de que alguno de sus hijos pertenece al grupo de mayor riesgo de desarrollar complicaciones a causa de la gripe, consulte con un proveedor de asistencia médica. Para obtener más información sobre las personas que tienen mayores riesgos de sufrir complicaciones por la gripe, visite [www.cdc.gov/h1n1flu/highrisk.htm](http://www.cdc.gov/h1n1flu/highrisk.htm).

Evite que los niños con alto riesgo de padecer complicaciones contraigan la gripe.

- ▶ **Vacune a su hijo** contra la gripe de temporada y la gripe H1N1 2009.
- ▶ Haga que su hijo **tosa y estornude cubriéndose la boca con un pañuelo desechable** o con el ángulo interno del codo u hombro si no tiene pañuelos desechables.
- ▶ **Asegúrese de que su hijo se lave las manos** frecuentemente, durante 20 segundos, con agua y jabón o con un desinfectante para manos a base de alcohol, y en especial después de toser o estornudar.
- ▶ **Mantenga a su hijo alejado de las personas que están enfermas.**
- ▶ **Limpie las superficies y los objetos que su hijo toca con frecuencia** con los limpiadores que usa habitualmente.
- ▶ Si hay gripe en su comunidad, tenga en cuenta el riesgo de exposición de los niños cuando concurren a reuniones públicas. En las comunidades con muchos casos de gripe, **las personas que corren riesgo de padecer complicaciones por la gripe deben considerar mantenerse alejadas de las reuniones públicas.**
- ▶ Si las condiciones de la gripe son graves en su comunidad, hable con su proveedor de atención médica y la escuela de su hijo para **desarrollar un plan a fin de tratar las necesidades especiales del niño.**

## Reconozca si sus hijos están enfermos

Es probable que algunos niños no sean capaces de comunicar sus síntomas, lo que puede demorar la respuesta a su enfermedad. Es importante controlar cuidadosamente los signos y síntomas de la gripe o la conducta inusual que puede ser un signo de que su hijo está enfermo. Los síntomas de la gripe incluyen fiebre, tos, dolor de garganta, secreción o congestión nasal, dolores corporales y de cabeza, escalofríos y fatiga. Algunas personas también pueden tener vómitos y diarrea. La fiebre es la temperatura tomada con termómetro igual o mayor a 100 grados Fahrenheit (37.8 grados Celsius). Si no puede tomarle la temperatura, es probable que su hijo tenga fiebre si siente mucho calor, tiene la cara enrojecida, o suda o tiene escalofríos.

Observe las señales de advertencia de emergencias que requieren atención médica urgente. Estas señales incluyen:

- ▶ Respiración acelerada o problemas para respirar
- ▶ Coloración azulada o grisácea de la piel
- ▶ No ingerir líquidos
- ▶ No orinar o no tener lágrimas al llorar
- ▶ Vómitos graves o persistentes
- ▶ Dificultad para despertarse o falta de interacción
- ▶ Estado de irritación tal que el niño no quiere que lo sostengan
- ▶ Dolor o presión en el pecho o abdomen
- ▶ Mareos repentinos
- ▶ Confusión
- ▶ Síntomas similares a los de la gripe que mejoran pero luego reaparecen con fiebre y agravamiento de la tos

Comparta esta información con el maestro de su hijo u otros cuidadores, para que puedan avisarle si su hijo no se siente bien.

## Consejos para cuidar a los niños con alto riesgo de padecer complicaciones por la gripe

- ▶ **Comuníquese con su proveedor de asistencia médica inmediatamente si su hijo se enferma.** Esto es importante porque los medicamentos antivirales que se usan para tratar la gripe funcionan mejor si comienzan a administrarse dentro de los 2 días de contraer la enfermedad. Es muy importante el uso de los medicamentos antivirales durante la etapa temprana del tratamiento contra la gripe en personas que están muy enfermas (por ejemplo: las personas que están hospitalizadas), y en personas que contrajeron la gripe y que tienen un mayor riesgo de sufrir graves complicaciones por la gripe. Otras personas también pueden ser tratadas con medicamentos antivirales durante esta temporada, según lo indique su proveedor de atención médica. Su proveedor de asistencia médica le dirá cuál es el cuidado especial que necesita su hijo.
- ▶ **Su hijo debe permanecer en su casa si está enfermo** por al menos 24 horas posteriores a la desaparición de la fiebre o los signos de fiebre (sin haber utilizado medicamentos antifebriles). Mantenga a su hijo en casa excepto para visitar al proveedor de asistencia médica.

- ▶ ***Asegúrese de que su hijo descanse bien y beba líquidos transparentes*** (como agua, caldo, bebidas para deportistas, bebidas electrolíticas para bebés, Pedialyte®) para prevenir la deshidratación.
- ▶ ***Si su hijo tiene fiebre, utilice los medicamentos antifebriles que su proveedor de atención médica*** le haya recomendado de acuerdo con la edad de su hijo. La aspirina (ácido acetilsalicílico) no debe administrarse a niños o adolescentes enfermos de gripe; esto puede causar que desarrollen una enfermedad rara pero grave llamada síndrome de Reye.
- ▶ ***Mantenga a su hijo enfermo en una habitación separada*** (una habitación para enfermos) de la casa tanto como sea posible para limitar el contacto con los miembros de la familia que no están enfermos. Piense en designar a una única persona para que sea el principal cuidador del niño enfermo.

### Para obtener más información:

- ▶ **Visite: [www.flu.gov](http://www.flu.gov)**
- ▶ **Contacte a los CDC las 24 horas/todos los días**
  - 1 (800) CDC-INFO (232-4636)
  - TTY: (888) 232-6348
  - [cdcinfo@cdc.gov](mailto:cdcinfo@cdc.gov)